

Cazuela de sobras de pavo

Sirve: 6 porciones

Preparación

1. Usando aerosol de aceite vegetal, rocíe ligeramente un molde de 9 x 9 x 2 pulgadas. Corte 6 rebanadas de pan (fresco o del día anterior) en cubos de 1 pulgada y coloque la mitad en el fondo de un molde para hornear.
2. En un bol, combine el pavo, cebolla, apio, mayonesa y pimienta. Con una cuchara, coloque la mezcla sobre las migas de pan.
3. Coloque el resto de cubitos de pan sobre la mezcla de pavo y presione ligeramente con una cuchara.
4. Combine los huevos y la leche y vierta la mezcla sobre los cubos. Cubra y refrigere durante la noche.
5. Cuando lo vaya a hornear, precaliente el horno a 325 °F.
6. Con una cuchara, coloque la sopa encima de la cazuela.
7. Unte una cucharadita de margarina en un lado de cada rebanada de pan. Corte el pan con mantequilla en cubos de 1/2 pulgada y esparza encima de la cazuela.
8. Hornee durante 60 minutos o hasta que al insertar un cuchillo en el centro, este salga limpio. Retire del horno y espolvoree el queso encima. Deje reposar 15 minutos antes de cortar y servir.

Notas

Vea cómo hacer esta [receta](#) y muchas más en el [canal](#) de YouTube del USDA.

Origen: University of Illinois Extension. Wellness Ways recipes

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	277
Grasa total	11 g
Grasa saturada	3 g
Colesterol	86 mg
Sodio	639 mg
Total de Carbohidrato	28 g
Fibra dietética	3 g
Azúcares totales	8 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	17 g
Vitamina D	1 mcg
Calcio	181 mg
Hierro	2 mg
Potasio	503 mg

N/A - Información no está disponible

MiPlato Grupos de Alimentos

 Vegetales	1/4 taza
 Granos	1 1/2 onzas
 Alimentos que contienen proteínas	1 onza
 Lácteo	1/2 taza

